



#### هذا لغز لمَنْ يحبون الحيوانات إ





F. J.M. 96014.0









رحيا, ليستد بيناري يمه له هاينا ك ليمين هيننا نشأ ، ليقي أ هنامه ، مهشا نا مهاي رينا الينا ا المحل الميواه ب











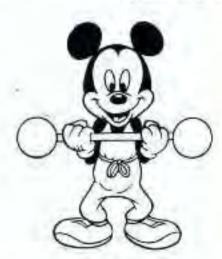






كلما حركت عضلاتك، وكلما تقرز العضلات مادة تسمى احامض اللبنيك، .. ويجتمع هذا الحامض حول العضلة فيجعلها انتعب،

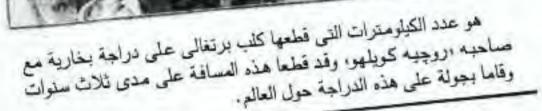
وعندما تنام أو تستريح فإن الجسم يخلص نفسه من هذا الحامض، ويعيد مفاصلك إلى حالتها، ويعيد شحن خلاياك العصبية.



#### النيض

تقدر سرعة نبض الانسان السليم بـ ٧٥ دقة في الدقيقة .. أما المخلوقات الأصغر، فتحتاج الى نسبة أسرع .. لأن جسمها يفقد حرارته أكثر مما يفقدها الانسان، شيء فعلا يدعو للدهشة .. سرعة نبض الطائر الصغير ٢٠٠ دقة في الدقيقة .. بينما للفيل ٢٥ دقة فقط!





### حاول أن تجد ١٢ إختلافا بين الرسمين ١١



إختلافات



## هل القمر كوكب. . ام لا؟

لقد إختلفت مع صديق لى على على أن القمر كوكب لكنه قال لى إن هذا غير صحيح.. فعد هو الحل؟



إن صديقك هو الفائز ، فإن القمر ليس كوكباً. لأن المجموعة الشمسية بها 9 كواكب هي (عطارد - فينوس - الأرض - المريخ - المشترى - زحل - اورانوس - نبتون - بلوتو) والقمر يدور حول الأرض وليس حول الشمس مثل الكواكب.

اَ وَاقْقَ. الْا اوَاقِيَّ

## ٧٠/٠ يؤيدون الرياضات العنيفة

أوافق

لأن الالعاب العنيفة ليست كما يتخيلها البعض، فهى تصاعد على التحكم فى تنمية طاقتنا الداخلية .. فهذه الرياضيات تعتمد على الروح المعنوية قبل ان تكون تكتبكية.

منة مجدى سعيد - العجوزة

أوافق:

أن الرياضات العنيفة مسلية جداً فقد كنت سعيداً جداً اثناء إذاعة مباريات الجودو أو الملاكمة اثناء الألعاب الاولمبية الأذرة

هشام عمرو ترك - مدينة تصر.

أوافق - ولا أوافق:

اذا كان هدف هذه الرياضات هو نعلم كيفية الدفاع عن أنفسنا، فهذا شيء جميل، ولكن اذا كذا نستخدمها ضد الأخرين فأنا ضد هذا.

مروه محمود زكى - القاهرة.

أوافق:

أحب هذه الرياضات لانى أتعلم منها كيف ادافع عن نفسي، وتكون صرورية جداً في بعض المواقف.

أحمد أشرف مسعود - الجيزة.

اوافق:

بالاضافة إلى إننا نتعلم منها كيف ندافع عن أنفسنا فهى تجعلنا واثقين بأنفسنا أيضاً.

أحمد عبدالمنعم - الاسكندرية

ال أوافق:

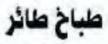
أجد أن هذه الرياضات سخيفة جداً . وتجعل من يمارسها عدواني جداً .

محمد وليد سالم - الهرم.

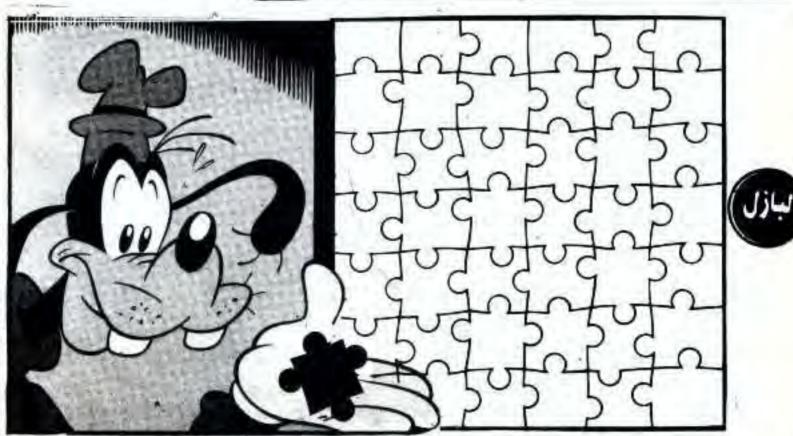
اوافق - ولا اوافق:

إن هذه الرياضات تجعلنا ننفس عن طاقتنا المكبوته، ولكن بشرط أن تمارس فى الأندية وليس أثناء الفسحة فى اليوم الدراس

إسلام عبدالعزيز سمير - القاهرة.



فوجى، رواد أحد المطاعم فى العاصمة البريطانية الندن، أثناء إفتتاحه بطباخ يحمل طبقاً ومدلى فوق رؤوسهم وهو معسوك بالحبال! وقد إكتشف الحاضرون ان هذا الطباخ ما هو الإلاعب سيرك ماهر وليس طباخاً. وكانت هذه الفقرة ضمن الدعاية لهذا المطعم!



يوجد خمس قطع فقط من البازل مشابهة لقطعة البازل الموجودة مي يد بندق، فهل بمكنك التعرف عليها؟

أنظرملول التسالى معفقة



أكثر من ٦٠ شكل تيكت لكراستك
 مبالغ نقدية من ٢٥ قرش لجنيه

كرانشى بطاطس ال ... كذا ميزة

Intermarkets

#### يقية قصة ٢ خوف دهب

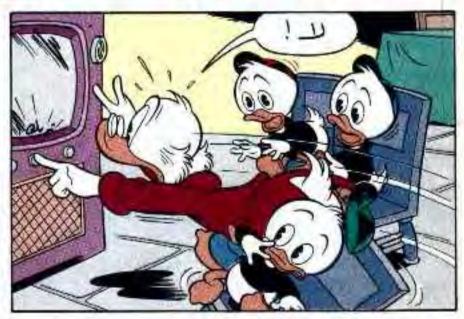
























































































































# Wish also as the election

إن كل إنسان يخاف من شيء ما، وللتغلب على هذا الخوف نقدم لك بعض الأفكار ليمكنك السيطرة عليه والتغلب على كل ما يثير مخاوفك.

## عندما تقف امام السبورة

جاء دورك لتقف أمام السبورة لتقوم بتسميع الدرس ماذا تفعل؟

> (أ) هل تقوم بتسميعه بسرعة لتعود الى مكانك ؟ الاجابة:

إن مواجهة الناس شيء صعب لفاية، والتغلب على هذا الموقف لا تنظر لزملائك حتى لا تفقد السيطرة على نفسك، تخيل وكأنك بمفردك في منزلك، وتقوم بتسميع الدرس، وستجد أنك قد تغلبت على مخاوفك .

(ب) هل تتنفس بعصمق لتحصل على قدر من الاسترخاء لتتمكن من مواجهة هذا الموقف؟ الاجابة:

إن مواجهة زملائك لا تخيفك .. أ فأنت معتاد على ذلك، ربما كنت تقوم ا بالتمثيل في مسرحيات تنظمها المدرسة، وكان لها دور فعال في السيطرة على مخاوفك



## این انا ؟

لقد انتقلت للاقامة في منزل أخر وتشعر بأنك تائه .. ماذا تفعل؟

(أ) تترك مسالة معرفة المكان للوقت ولا تهتم بشعورك بالضيق من المكان .

#### الاجابة:

إذا فرد فعلك طبيعى .. فعندما نغير مكان إقامتنا نشعر وكاننا ضللنا الطريق ... ولكن يمكنك الضروج مع والديك لتتعرف على الشوارع المحيطة وموقع المدرسة وغيرها من المحلات .

(ب) تطلب من زميل لك في الفصل أن يعرفك أهم شوارع المدينة.

#### الاجابة:

أنت تكره المجهول وهذا شيء طبيعي : حتى الكبار يخافون منه ، لذا فأتت تريد إستكشاف المكان حتى تشعر بالأمان ،



سوف يعطى مدرس الالعاب الرياضية درسا في لعبة التوازي وسيقوم كل تلميذ بأدائها .

(أ) تترك الاخرين يفعلونها قبلك

#### الاجابة:

أصعب شيء أن تقفز بمفردك ولكن أذا كان لك منجموعة من المتخصصين قسيكون أسهل ويكل ثقة سوف تؤديها .

(ب) تتقدم بكل ثقة تحاول أن تؤديها بنجاح

دائما تأخذ المبادرة وتقوم بعمل أول خطوة بسرعة إنها وسيلتك للتغلب على الخوف

### وحدك بالمنزل

عندما يتركك والداك بمفردك ليلا بالمنزل فماذا تفعل؟

> (1) تشعر بالرعب من أقل صوت تسمعه ، لا يمكنك النوم وتقوم بالاتصال بجدتك حتى لا تشعر أنك بمفردك ،،

> للتغلب على هذا الموقف يمكنك أن تطلب من والديك أن يسمحوا لك بأن تدعو صديقك ليبقى معك بالمنزل وأن يتصلوا بك من وقت لأخر للأطمئنان عليك وعلى صديقك .

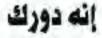




(ب) تغلق الباب بالمفتاح وتجلس أمام التليفزيون وتأكل ولا يهمك شيء؟

لا تشعر بأنك بمفردك لأنك تعرف محكم المحكم المائلة فلا تشعر كل أرقام تليفونات العائلة فلا تشعر بالخوف .

الإجابة:



عندما تقف في الطابور لشراء بعض الطلبات ويأتى الكبار ويتقدمونك في الطابور فماذا تفعل ؟



(أ) لا تقول شيئا وتنتظر حتى يراك البائع . الإجابة :

فى المرة القادمة يجب أن تصطحب صديقا معك فسيكون الموقف أسهل .. أو بادرالبائع بإشارة ليعرف أنك تقف منذ فترة .

(ب) تقول لمن أخد دورك : عفوا ، أنه دورى أ الإجابة :

لأشئ باحدتى

سوى اننى

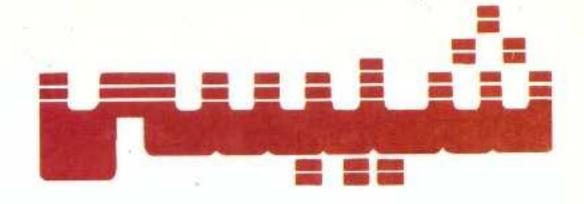
اريد التغلب

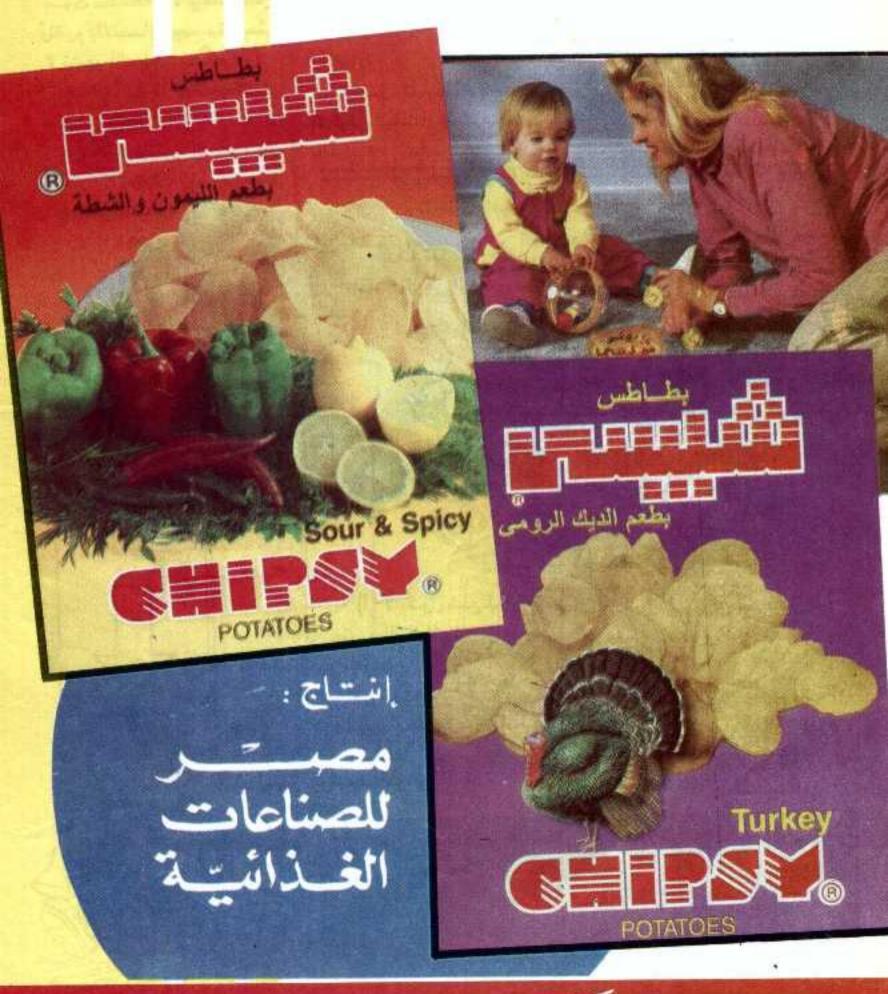
على خوفي!

أنت تعسرف أنه ربما لم يلاحظ الكيار وجودك فيمكنك لقت نظرهم بادب بأن تقول لهم عفوا إنه دورى

### الخوف من لا شيء

إذا اخترت الاجابة (ب) فانت من النوع المقامر وأنت ترى أنه أحبانا ينتاب الكبار الشعور بالفوف، وانه شيء طبيعي أن تخاف من للخاطر .. ولكن التغلب على الخوف باتى بقوة الارادة والسبطرة على المشاعر





المصنع: مدينة ٦ أكثوب - المنطقة الصناعية الرابعة - القطعة ٢/١ الإدارة: ٣٨ شرب مصدق - الدوت ت: ٩٣٠٠٢٤٨/٣٦١



## يومراطراح

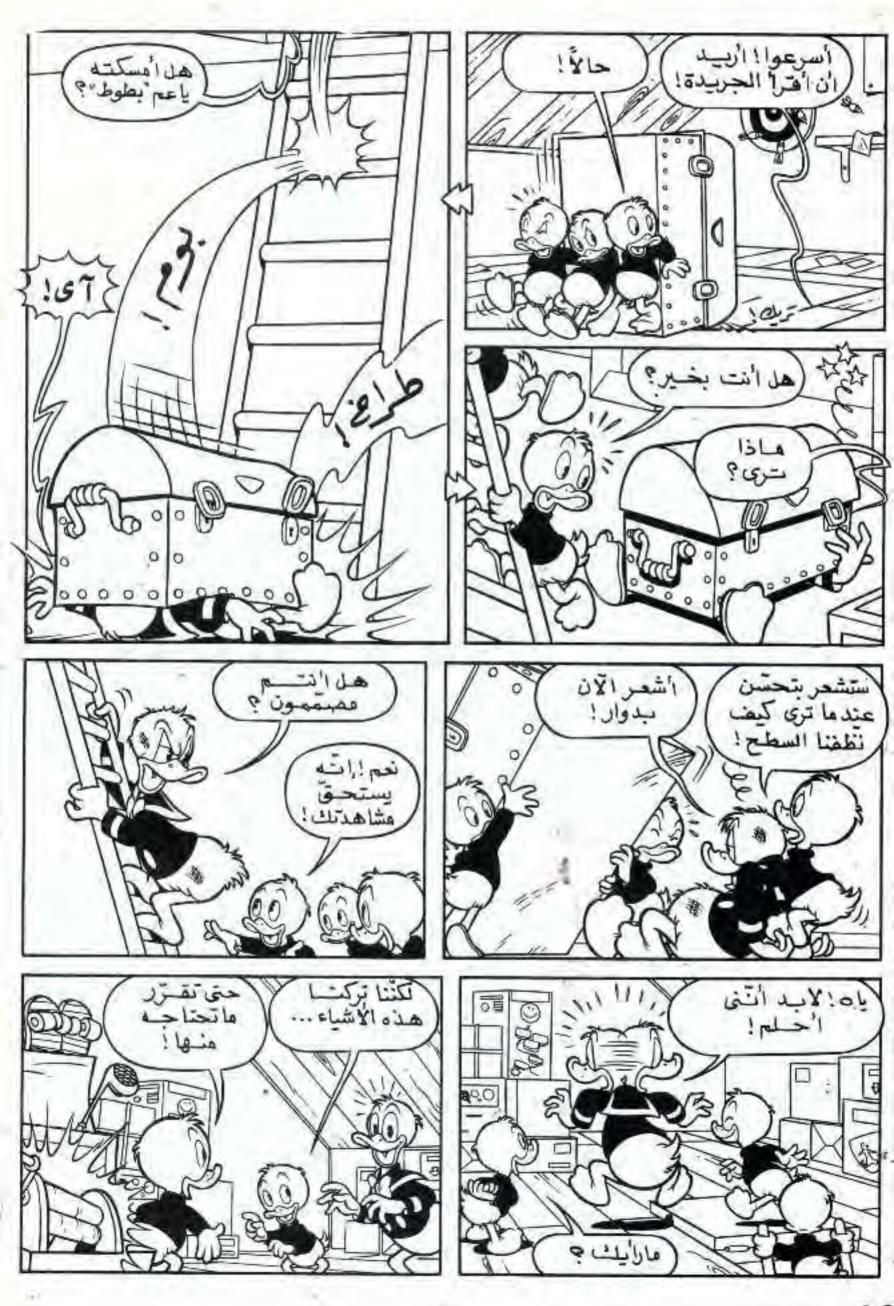




























































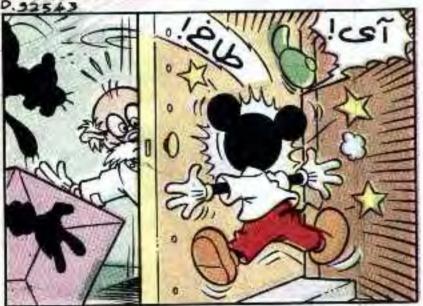




## رجلةعبرالزمن





















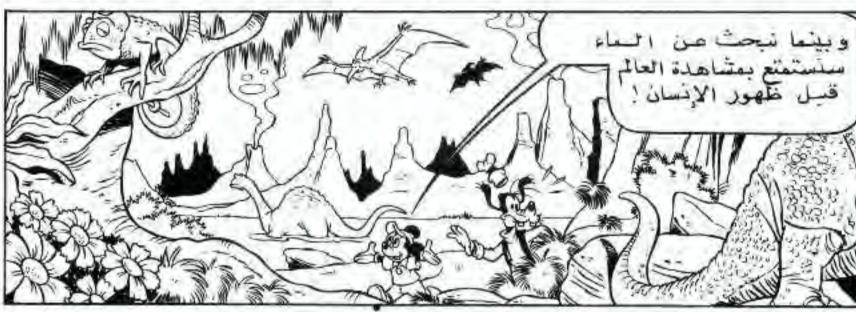






















































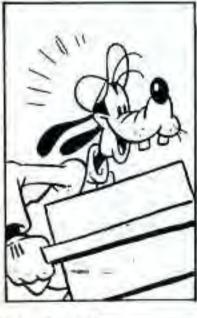






















## بطوط مدرس إنجليزي

## river نھر

fisherman صياد

fish سمكة

fir tree شجرة

fishing rod صنارة

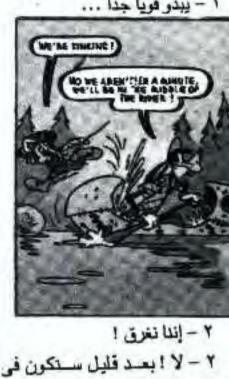
bank ضفة

bridge



١ - إنه وقلوى، أصلى ! صنعته مثل الهنود!

١ - يبدر قوياً جداً ...



للتصف النهرا



٣ - عديا ابندق عد ا



canoe قنوی ازورق خفیف،

He caught a fine fish. هو إصطاد سمكة رائعة



pebble

حصاة



## الأشبال والبشروش





يا أشبال! لا تدعوهم يُنسونكم الله مهمتكم!

المهمتكم!
المهمتكم!
المهمة القائد المهمة القائد المهمة ا







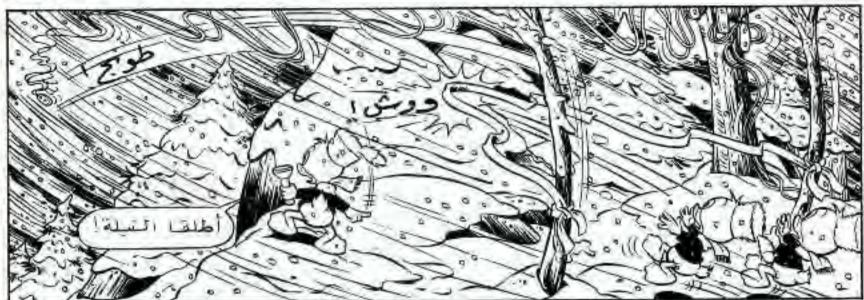


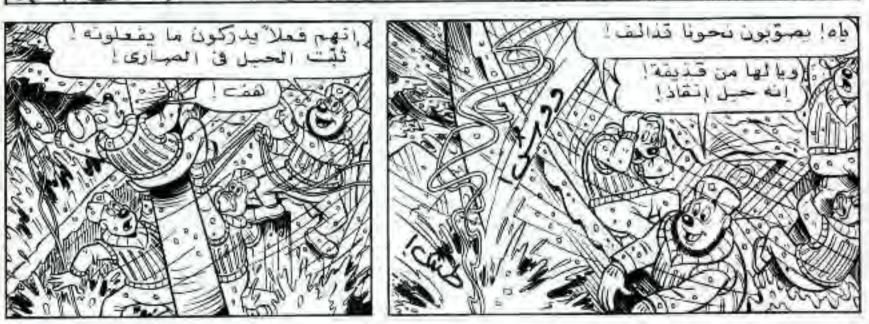
























## الفائزة الأولى

الصديقة : أمنية مصطفى السوان وفازت بمجلدميكى .



لوحة الأسبوع

سبوع

## الفائزالثالث

الصديق أحمد محمد السعيد الشرقية – وفاز بقصتين

#### فكاهات

الشرطى : لماذا سرقت أربع
 ملاعق بالتحديد من المطعم .

اللص : لأن الطبيب نصحني أن أشرب ٤ ملاعق كل يوم من الدواء .

قال الأب لابنه الشقى:

 حل تعلم أن المرء في الحداة يشعر بفرحة أكبر في العطاء أكثر من الأخذ .

فصاح الابن : نعم وخاصة في إعطاء الصفعات وتوجيه الكمات .

## ریف مصر

## الفائزالرابيع

الصديق : عمرو محمد حسن الجيزة - وفاز يقصة

### من أقوال الحكماء إا

- قال حكيم الشعراء:
- ما كل دموع الأعين ماء
  - قال حكيم الأزمان :

لا تنسيك القسوة صنعف الإنسان .

- وقال الحب :
- لا تغلق بابك خرف الريح فقد يقتلك الرعب 1
  - قال النعلب :

إن كان الخوف يسوق الصيد إليك فلماذا تتعب !

## الفائزة الشانية

الصديقة: منى سعد عبد الله - أسوان - وفازت بثلاث قصص

### قاموس المعرفة إ

- عصفور «الجنة» طائر ريشه
   جميل ، مسعدد الألوان يتخذي
   بالفاكهة ، ويعيش في غينيا الجديدة ،
   وهي جزيرة كبيرة في شمال
   استراليا.
- غراب دالماء، .. طائر بحري يسبح تحت الماء بمقدرة فائقة حين يطارد السمك ، يدربه الصينيون لاستخدامه في صيد السمك .
- برج القاهرة يبلغ ارتفاعه
   ۱۸۷ مترا ، ويعتبر أعلي بناء في
   الشرق الأوسط .
- الجواد (الحصان) الذي يضرب به المثل في السرعة يستطيع أن يظل واقفا لعدة أشهر .. علي قدميه وينام أيضا وهو علي هذه الحالة





رائحة الأمانى

قال البن أبى عنيق، لزوجته وكان بخيلا :

تعنيت أن يهدي إلينا (جدى) مسلوخ .. فنطبخ من ألوان الطعام كذا وكذا .. سمعت هذا الكلام جارة لهما ، وظنت أنه أمر فعلاً بعمل ما سمعته

وقالت : شعمت رائحة قدوركم فجلت لتطعموني منها .

والله .. ما نقيم في هذه الدار التي يتشمم جيرانها ورائحة الأماني، !!

#### الديك الذكي

الحقول ، عندما مر بقربه تعلب ماكر، ماكر، وقف الثعلب قريبا من الديك وقال له : ما رأيك لو تلعب معاً .. فقال الديك : أنا لا أصدق أعدائي .. فرد الثعلب قائلا:

لم يبق أعداء في الغابة .. ألم تسمع آخر الأخبار ؟

قال الديك : هات سا عندك .. قال الشعلب: اتفقت الحيوانات في

فرح الديك وقبال : سوف أدعو أصدقائي كلاب الغابة لتنضم إلينا في اللعب ابتهاجا بهذه المناسبة . . وعندما مساح الديك مناديا على الكلاب تململ القعلب عندما سمع

. وانتظرت إلى وقت الطعام وجاءت وقرعت الباب .

ذعر ابن أبى عنيق، - وصرخ قائلا:

الصديق : ياسر عيد الفتاح - المحلة الكبرى

حل البازل: أنظر الرسم

## حل الإختلافات

کان دیك جمیل بجــري بـــین

الغابة أن تعيش في سلام ..

صوت نباحها ، ثم فر هاريا .. فضحك الديك كثيرا.



سكرتيرو التحرير جورج اسكندر صلاح زنباع محمدعنان

الإصدار الأول – يثاير ١٩٥٩

رئيس مجلس الإدارة

مكرم محمد احمد

نائب رئيس مجلس الإدارة

عبدالحميد حمروش

رئيسة التحرير

عفتناصر

مديرة التصرير

ابتسام غانم

#### الاغتراكات

قيمة الاشتراك السنوى ٥٥ جنيها في ج.م.ع تسدد مقدما نقدأ أو بحوالة بريدية غير حكومية - البلاد العربية ٤٠ دولارا -أوروبا وأسيا وافريقيا ٦٠ دولارا – أمريكا ٧٠ دولارا - باقى دول العالم ٨٥ دولارا.

القيمة تسدد مقدما يشيك مصرفي لأمر مؤسسة دار الهلال.. ويرجى عدم إرسال عملات نقدية بالبريد..

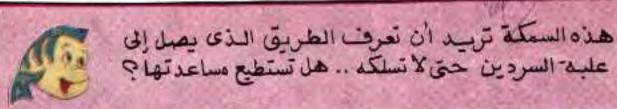
الإدارة: القاهرة - ١٦ شارع محمد عز العرب بك (المبتديان سابقا) -السيدة زينب.

ت: ۲۱۲۵٤٥٠ (٧ خطوط).

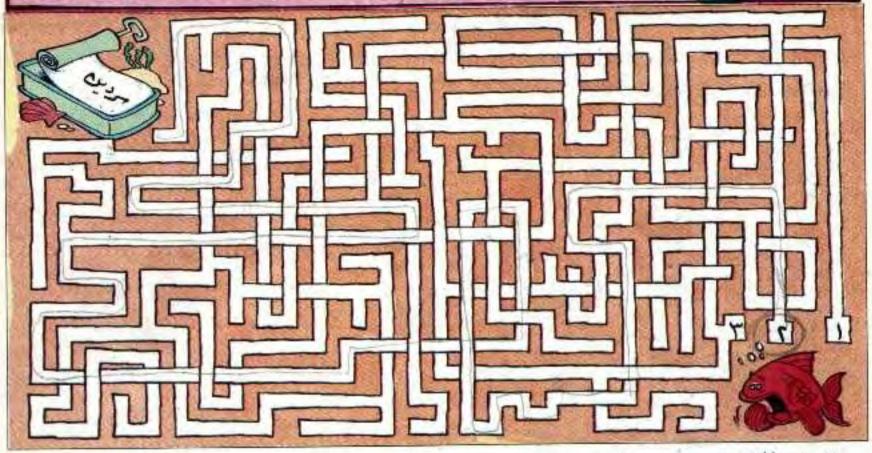
المكاتبات ص.ب: ٦١ العتبة - القاهرة -الرقع البريدي: ١١٥١١

تلغرافها : المصبور - القاهرة ج. م. ع. TELEX:92703 HILAL UN: FAX:3625469

Mickey 1856 - 14 November 1996 C 1996 Walt Disney Compa-







الحد بالمقلوب : د لي وجمها





## أطفال.. أبطال



















بطعم الغواكم الطبيعية

**20%.0%** 



Solitaire (bim bim) Single

Assorted fruit Chew Toffee

دروبس محشو مشكل